الإثنين 7 محرم 1440 هـ
الموافق لـ 17 سبتمبر 2018 م

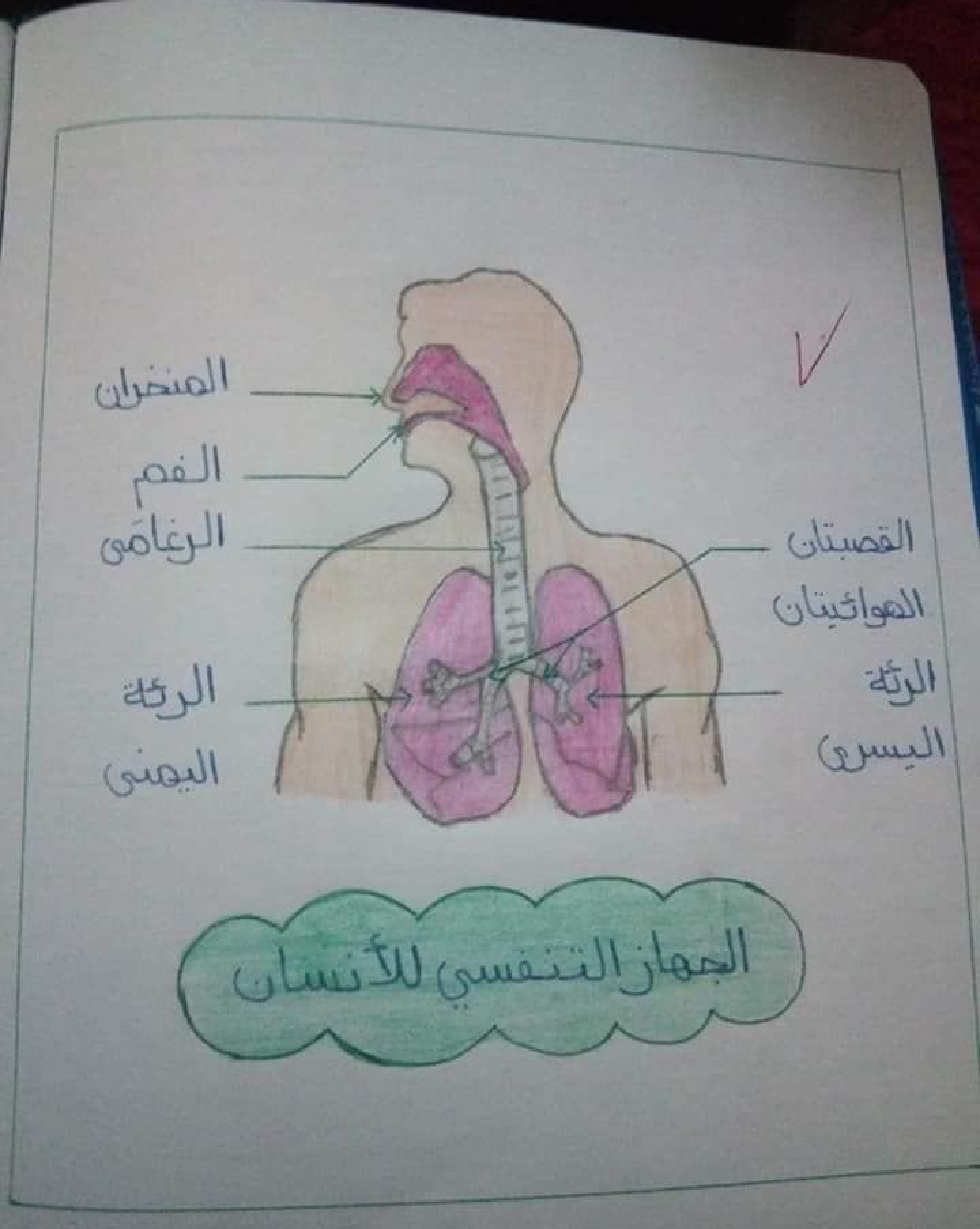
مَسْلَكُ الهَوَاءِ فِي الجِهَازِ التَّنَفُّسِي

* تَتَمَثَّلُ الحَرَكَاتُ التَّنَفُّسِيَّةُ فِي الشَّهِيقِ وَالزَّفِيرِ

الشَّهِيقُ: دُخُولُ الهَوَاءِ الغَنِيِّ بِالغَازِ الأُكْسِجِينْ إِلَى الرِّئَتَيْنِ فَيَرْتَفِعُ القَفَصُ الصَّدْرِي.

الزَّفِيرُ: خُرُوجُ الهَوَاءِ الغَنِيِّ بِثَانِي أُكْسِيدِ الكَرْبُونْ وَالمُشَبَّعِ بِالغَازِ بُخَارُ المَاءْ فَيَنْخَفِضُ الصَّدْرُ.

غَازُ ثَانِي أُكْسِيدْ الكَرْبُونْ وَغَازُ بُخَارُ المَاءْ فَضَلَاتْ يَنْقُلُهَا الدَّمْ مِنْ خَلَايَا الجِسْمِ إِلَى الرِّئَتَيْنِ لِتُطْرَحَ خَارِجَ الجِسْمِ عَنْ الطَّرِيقِ الزَّفِيرِ



المنخران
الفم
الرغامى
القصبتان الهوائيتان
الرئة اليمنى
الرئة اليسرى
الجهاز التنفسي للأنسان

* أَثْنَاءَ التَّشْهِيقِ يَدْخُلُ الْهَوَاءُ مِنَ الْمِنْخَرَيْنِ وَالْفَمِ إِلَى الرُّغَامَى ثُمَّ الْقَصَبَاتِ الْهَوَائِيَّةِ ثُمَّ الرِّئَتَيْنِ.

الموافق لـ 24 سبتمبر 2018م

الإثنين 14 محرم 1440هـ

الْقَوَاعِدُ الصِّحِّيَّةُ لِلتَّنَفُّسِ

يُصِيبُ الْجِهَازَ التَّنَفُّسِيَّ أَمْرَاضٌ كَثِيرَةٌ مِنْهَا:

- الرَّبْوُ
- سَرَطَانُ الرِّئَةِ
- الْحَسَاسِيَّةُ
- سَرَطَانُ الْحُنْجُرَةِ
- الزُّكَامُ
- السُّعَالُ الدِّيكِيُّ
- السُّلُّ

أسبابُ الإصابةِ بالأمراضِ الجهازِ التنفسي:

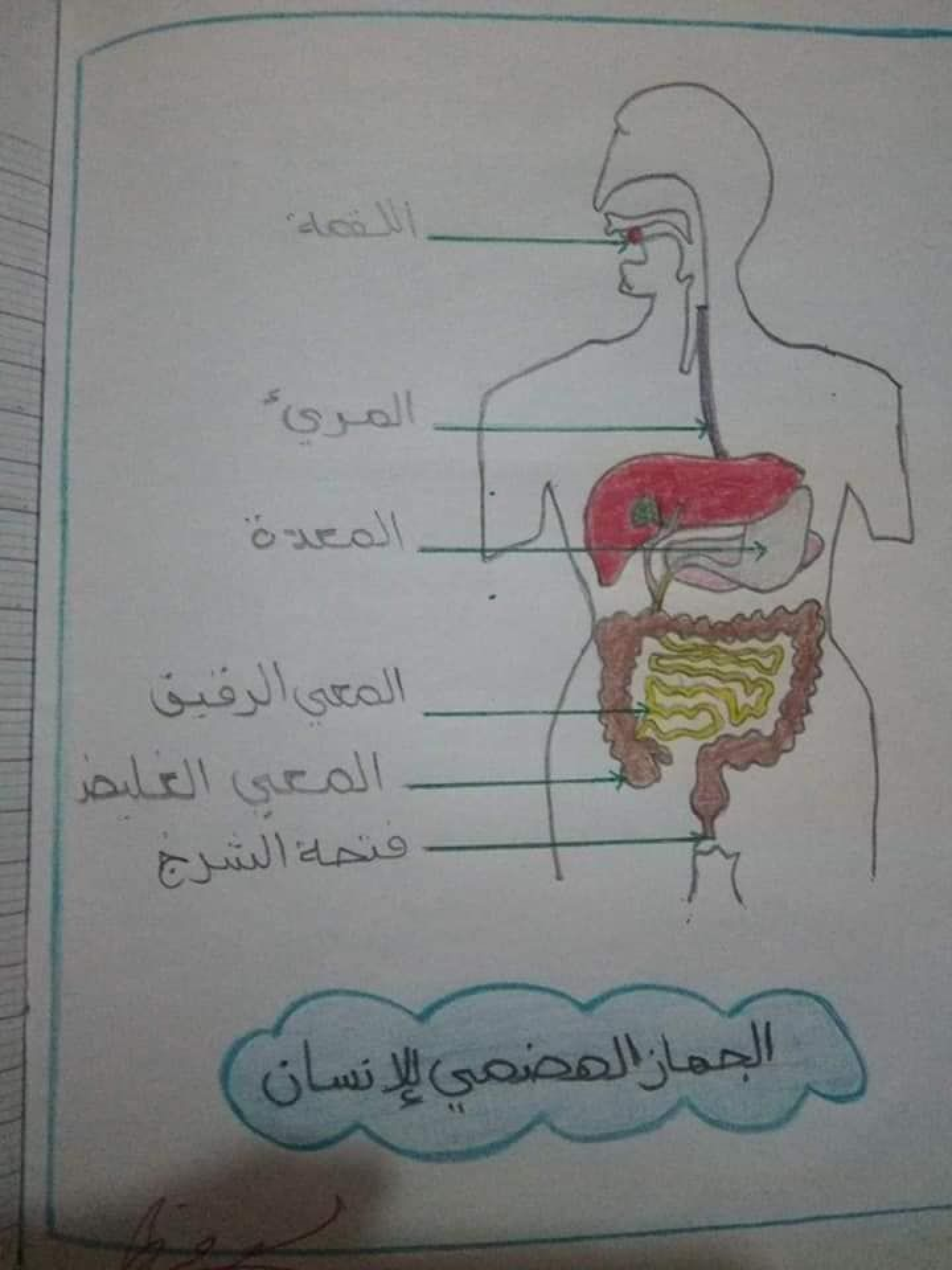
- دُخانُ المَصانِعِ وَالسَّيارَاتِ.
- التَّدْخِينْ.

للمُحَافظةِ على صِحَّةِ الجهازِ التَّنفُسيّ:

- التَّنفُسُ عَنْ طَرِيقِ الأَنْفِ.
- مُمَارَسَةُ الرِّيَاضَةِ بِإِنْتِظَامِ.
- تَهْوِيَةُ الغُرْفَةِ بِإِسْتِمْرَارِ.
- الإِبْتِعَادُ عَنِ التَّدْخِينِ وَالمُدَخِنِينَ.

نَصَائِحُ لِتَفَادِي حَوَادِثِ تَسَرُّبِ الغَازِ

* غَلْقُ صَمَّامَاتِ الغَازِ بِإِحْكَامٍ.
* عَدَمُ فَتْحِ المَصَابِيحِ الكَهْرَبَائِيَّةِ عِنْدَ شَمِّ رَائِحَةِ الغَازِ.
* فَحْصُ وَصِيَانَةُ الأَجْهِزَةِ الَّتِي تَعْمَلُ بِالغَازِ بِشَكْلٍ دَوْرِي.
* تَوْفِيرُ التَّهْوِيَةِ لِتَجْدِيدِ الأُوكْسِجِينِ بِاسْتِمْرَارٍ.


اللقمة
المريء
المعدة
المعي الرقيق
المعي الغليظ
فتحة الشرج
الجهاز الهضمي للإنسان

فَيَنْقُلُهُ إِلَى كَامِلِ أَنْحَاءِ الْجِسْمِ أَمَّا الأَغْذِيَةُ غَيْرُ الْمَهْضُومَةِ فَتُطْرَحُ عَلَى شَكْلِ فَضَلَاتٍ مِنْ فَتْحَةِ الشَّرَجِ.

الإثنين 28 محرم 1440هـ

الموافق لـ 8 أكتوبر 2018م

قَوَاعِدُ الصِّحَّةِ الغِذَائِيَّةِ:

لِأُحَافِظَ عَلَى صِحَّتِي يَجِبُ أَنْ أَحْرِصَ عَلَى صِحَّةِ الْجِهَازِ الْهَضْمِيِّ وَذَلِكَ بِ:

* الْمُحَافَظَةُ عَلَى نَظَافَةِ جِسْمِي خَاصَّةً يَدَيَّ وَ أَسْنَانِي.

* تَنَاوُلُ الأَكْلِ الصِّحِّيِّ وَفِي أَوْقَاتٍ مُحَدَّدَةٍ.

* المضغ الجيد وتجنب السرعة في الأكل
* الراحة والنوم الجيد.
* ممارسة الرياضة.
* حل الوضعية:

التصرفات غير سليمة:

* لم يغسل يديه.
* تناول الأكل السريع.
* أكل شكولاطة المعرضة للشمس.
* لم يعد من المدرسة إلى البيت.

النصائح:

* العودة إلى المنزل مباشرة بعد خروجنا من المدرسة

* غَسْلُ اليَدَيْنِ قَبْلَ الأَكْلِ خَاصَّةً بَعْدَ اللَّعِبِ.
* تَجَنُّبُ الأَكْلِ غِذَاءٍ مُعَرَّضٍ لِلشَّمْسِ.
* تَنَاوُلُ الأَكْلِ الصِّحِّيِّ.

الإثنين 06 صفر 1440 هـ

الموافق لـ 15 أكتوبر 2018 م

دَوْرُ الدَّمِ فِي الجِسْمِ

يَتَكَوَّنُ جِهَازُ دَوَرَانِ الدَّمِ لَدَى الإِنْسَانِ مِنْ:
القَلْبُ، الدَّمُ، الأَوْعِيَةُ الدَّمَوِيَّةُ.

* يَنْتَقِلُ الدَّمُ فِي دَوْرَةٍ مُغْلَقَةٍ وَفِي اتِّجَاهٍ وَاحِدٍ
* يَضُخُّ القَلْبُ الدَّمَ إِلَى كُلِّ أَعْضَاءِ الجِسْمِ
عَبْرَ الأَوْعِيَةِ الدَّمَوِيَّةِ

لتزويده بالطاقة.

* نقل الفضلات خارج الجسم (ثاني أكسيد الكربون)

بعد العملية الجراحية:

* (ب) يزوَّد المريض بجهاز للتنفس لضمان تنفس عادي بعد العملية

* يزود بكيس لفصيلة دمه لأنه فقد الدم خلال العملية الجراحية

* (ج) يزود بكيس فيه سائل مغذي لأنه لا يستطيع أكل غذاء عادي بعد العملية

الإثنين 13 صفر 1440 هـ
الموافق لـ 22 أكتوبر 2018 م

دور الإسعافات الأولية في حالة النزف وأهمية التبرع بالدم

عند الإصابة بنزيف إثر حادث يجب تقديم بعض الإسعافات الأولية التي قد تنقذ حياة شخص وهي:

* تنظيف مكان الجرح
* الضغط على مكان الجرح بقطعة قماش نظيفة ومعقمة
* رفع الطرف المصاب أعلى من مستوى القلب
* ربط الضمادة على الجرح بعد التوقف النزيف
* إذا لم يتوقف النزيف ينقل المصاب إلى المستشفى

أهمية التبرع بالدم:

* إنقاذ حياة الأشخاص أو أكثر
* نيل الأجر والثواب فهو صدقة

الأحد 19 صفر 1440 هـ

الموافق لـ 28 أكتوبر 2018 م

الإنسان والمحيط

هناك نباتات تنمو وتتكاثر عن طريق:

البذور = مثل = الفاصولياء، العدس، البازلاء،

الحمص، القمح....

وأخرى تتكاثر عن طريق:

* الدرنات = البطاطا

* الأبصال = البصل، الثوم.

* المسائل = الجيرانيوم والتفاح والإجاص

الأحد 26 صفر 1440 هـ

الموافق لـ 4 نوفمبر 2018 م

مكونات البذرة

هناك بذور ذات فلقة واحدة مثل الذرة، قمح

وذات الفلقتين مثل: الفاصولياء، العدس،

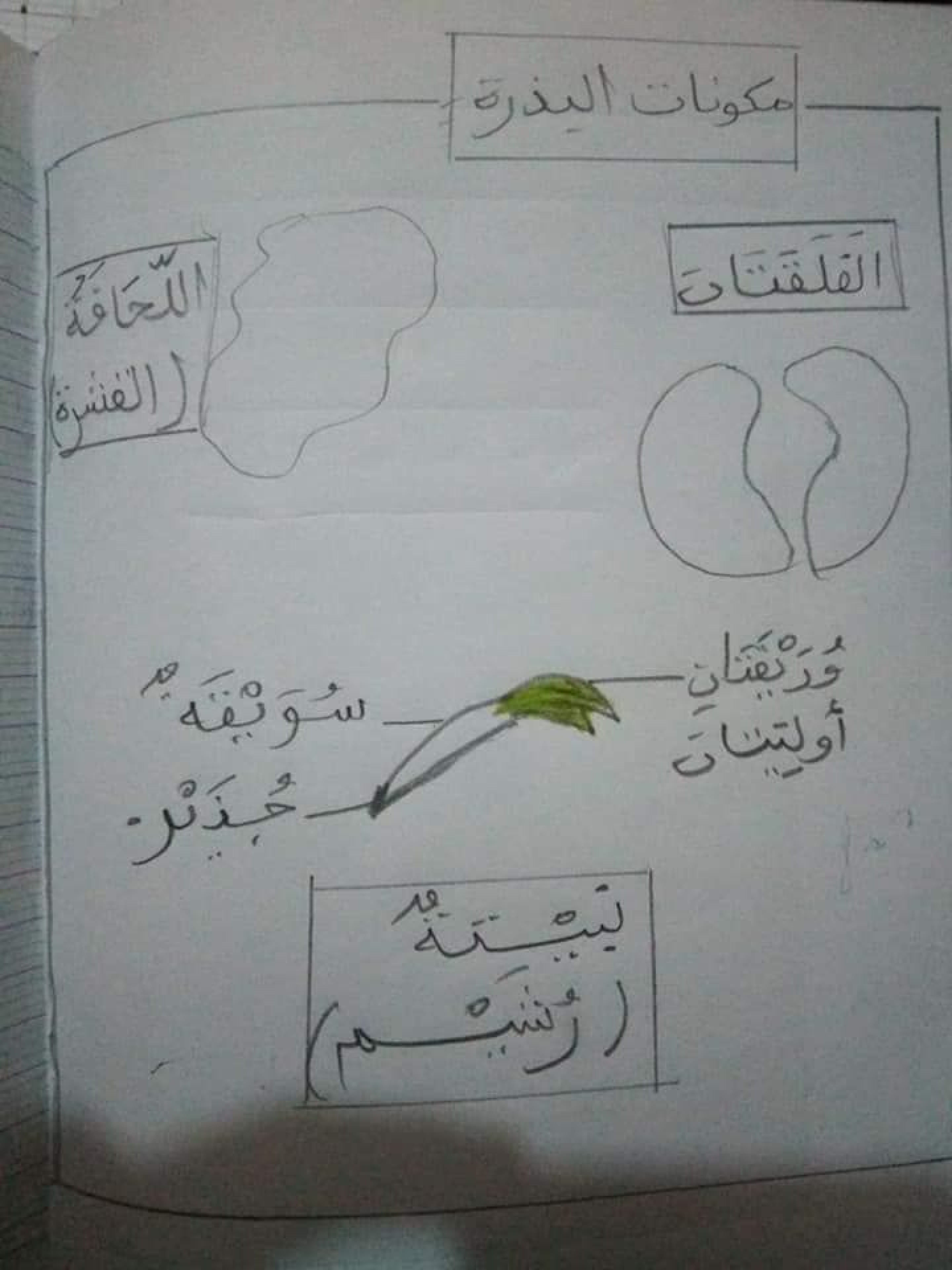
حمص

تتكون بذرة الفاصولياء من:

1 * لحافة (قشرة) = لحمايتها

2 * الفلقتين = يتغذى منها الرشيم

3 * الرشيم (النبتة) = يتكون من الجذير والسويقة



مكونات البذرة
الفلقتان
اللحافة
(القشرة)
وريقتان
أوليتان
سويقة
جذير
نبيتة
(رشيم)

الموضوع الأول المنتاب .

الإثنين 14 ربيع الأول 1440هـ

الموافق لـ 22 نوفمبر 2018م

شروط انتاش البذرة

لكي تنتش البذرة وتعطي نباتا فتيا

لتعطي نباتا كاملا يجب توفر

الشروط التالية

* الماء

* الحرارة

* البذور السليمة

الشروط الضرورية لإنتاش البذرة

بداية التجربة	ماء ✓ حرارة 20° بذور سليمة	ماء ✓ حرارة 4° بذور سليمة	~~ماء~~ ✓ حرارة 20° بذور سليمة	ماء ✓ حرارة 20° بذور مسوسة
نهاية التجربة	أنتشت وكبرت	لم تنتش	لم تنتش	البعض منها فقط أنتش

البذور في قطن